

Challenger GYM クラススケジュール

担当トレーナー

- ① 大黒 力斗
- ② 黒須 亮太
- ③ 岩田 結月
- ④ 廣岡 和功
- ⑤ CAN★
- ⑥ 野田 以心

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
9:00		① 筋トレクラス		⑥ 筋トレクラス		パーソナル	女子専用クラス キック&筋トレ	9:00
10:00	パーソナル	① ファミリークラス キック&筋トレ	パーソナル	③ ファミリークラス キック&筋トレ	パーソナル	① S&Gクラス 幼稚園	③ 女子専用クラス キック&筋トレ	10:00
11:00		パーソナル		パーソナル		① S&Gクラス 1年〜3年	① ファミリークラス キック&筋トレ	11:00
12:00	昼休憩						① キッククラス	12:00
13:00	① ファミリークラス キック&筋トレ	① キッククラス	① キッククラス	③ キッククラス	パーソナル	③ トレーナー ミットクラス		13:00
14:00	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル	③ トレーナー ライトスパークラス		14:00
15:00	① フィジカル& ミットクラス			③ フィジカル& ミットクラス	③ ダンスクラス			15:00
16:00		① S&Gクラス 幼稚園	③ フィジカル& ミットクラス	③ S&Gクラス 幼稚園	③ ダンスクラス			16:00
17:00		① S&Gクラス 1年〜3年	パーソナル	③ S&Gクラス 1年〜3年	パーソナル			17:00
18:00	パーソナル	① S&Gクラス 4年〜中学3年	③ フィジカル& ミットクラス	③ S&Gクラス 4年〜中学3年	パーソナル			18:00
19:00		① キッククラス 初級	① キッククラス		① 筋トレクラス	パーソナル		19:00
20:00	① 女子専用 キッククラス	① キッククラス	① 筋トレクラス	パーソナル	① キッククラス			20:00
21:00		パーソナル	パーソナル		パーソナル			21:00
22:00	① 選手クラス				① 選手クラス			22:00

※1レッスン50分

当ジムでは、ご入会のお客様に対してスケジュール内のどのレッスンもご受領頂けます。ご興味に応じて好きなレッスンをご予約ください。

なお、パーソナルに関してはLINEもしくはジム内でトレーナーを指名の上、直接ご予約ください。それ以外はSTORESよりお願いいたします。

モデルケース(ベーシックプラン・月4回) 男性 キックボクシングに興味がある方

選手クラス + 筋トレクラス + 筋トレクラス + キッククラス

モデルケース(ベーシックプラン・月4回) 女性 体を引き締めたい人向け

女子専用クラス
キック&筋トレ + フィジカル&
ミットクラス + 女子専用
キッククラス + 女子専用
キック&筋トレ

体験並びにパーソナルの
ご予約はこちらから

